



Garden with Courting Couples: Square Saint-Pierre-Vincent Van Gogh

Περιεχόμενα:

- **Χαιρετισμός Συντονιστικής Ομάδας Ελληνικού Δικτύου EFT**
- **Τα νέα του Ελληνικού Δικτύου EFT**
- **Εκπαίδευση Θεραπευτών στην Ελλάδα**
- **Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες στο Εξωτερικό**
- **Η εργαλειοθήκη του θεραπευτή:**
«Συμπερίληψη Ατομικών Συνεδριών στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία Ζεύγους (EFCT)» Lorrie Brubacher, M.Ed, LMFT, Θεραπεύτρια, Επόπτρια & Εκπαιδεύτρια EFT Winnipeg, Καναδάς
- **Το Ελληνικό Δίκτυο και το ICEEFT**

Χαιρετισμός της Συντονιστικής Ομάδας του Ελληνικού Δικτύου EFT

Αγαπητοί συνάδελφοι και φίλοι,

Καλώς ανταμώνουμε με το νέο φθινοπωρινό μας Newsletter!

Το Ελληνικό Δίκτυο συνεχίζει την πορεία του με πλούσια δράση μέσα από την οργάνωση εκπαιδευτικών σεμιναρίων, Ομάδων Εποπτείας, εκπαιδεύσεων στην Ελλάδα και το εξωτερικό. Σημαντική στιγμή των τελευταίων μηνών ήταν η συμμετοχή της Κυριακής Πολυχρόνη στο συνέδριο της EFTA τον περασμένο Αύγουστο όπου παρουσίασε την προσέγγιση της Συγκινησιακά Εστιασμένης Θεραπείας και την εφαρμογή της στην δουλειά με τις οικογένειες. Μία παρουσίαση όπου ανέδειξε τη ζωντάνια και την ευρύτητα του Μοντέλου!

Στο τεύχος αυτό θα βρείτε όπως πάντα τα νέα από τις δράσεις του Δικτύου αλλά και ένα άρθρο της αγαπημένης μας Lorrie Brubacher, σχετικά με την σημασία των ατομικών συνεδριών στην θεραπεία ζεύγους.

Σε έναν κόσμο γεμάτο αντιφάσεις και αβεβαιότητα, η ανάγκη μας να υποστηρίξουμε τους θεραπευόμενους μας και τους εαυτούς μας, πέραν μόνο από την μεταξύ μας σύνδεση, αλληλοϋποστήριξη, και την ανάπτυξη της Κοινότητας μεταξύ μας, που τόσο βαθιά εκφράζει και το πνεύμα της EFT.

Με ζεστές ευχές για καλό χειμώνα και καλές γιορτές! Καλή ανάγνωση!

Με εκτίμηση,
Η Συντονιστική Ομάδα του EFT

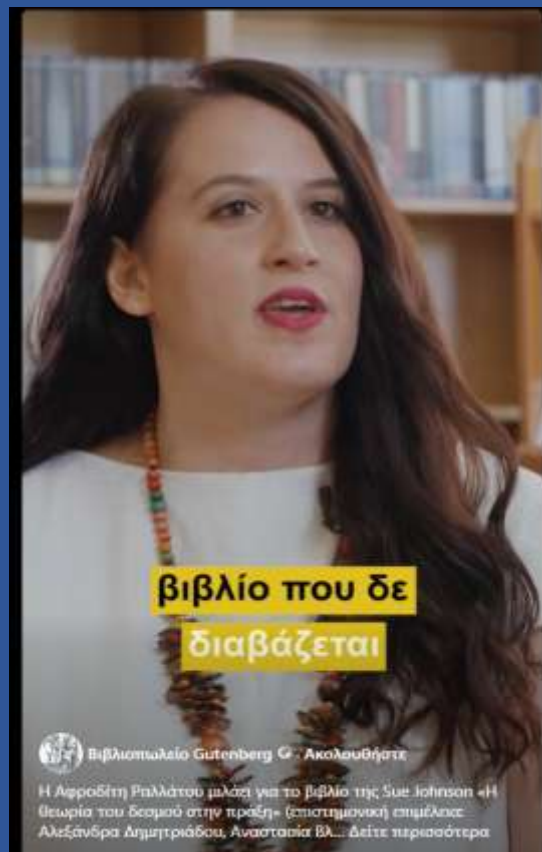
Εκ μέρους της Συντονιστικής Ομάδας
Κυριακή Πολυχρόνη - EFT Θεραπεύτρια / Επόπτρια & Εκπαιδεύτρια
Ιωάννα Κουκού, Αλεξάνδρα Δημητριάδου,
Αναστασία Βλαχογεωργάκη - EFT Θεραπεύτριες & Επόπτριες
Ιωάννα Κυρίτση - EFT Θεραπεύτρια & Εκπαιδευόμενη Επόπτρια,
Ψυχοθεραπευτές: Αφροδίτη Ραλλάτου, Νίκος Σπηλιόπουλος

Τα Νέα του Ελληνικού Δικτύου EFT

"Θεωρία του Δεσμού στην Πράξη"
Το τελευταίο βιβλίο του EFT της Sue Johnson στα Ελληνικά!

Το βιβλίο «Θεωρία του Δεσμού στην Πράξη» συνιστά κάτι πολύ περισσότερο από παράθεση θεωρητικών γνώσεων. Είναι ένας οδηγός για μια ζωή με νόημα, μια πρόσκληση για βαθύτερη αυτογνωσία και μια ενστάλλαξη ελπίδας για επανόρθωση σε όλους εκείνους που επιθυμούν να βελτιώσουν τις σχέσεις τους και να διευρύνουν τη συναισθηματική τους κατανόηση σε έναν κόσμο γεμάτο ατομικισμό, φόβο και αβεβαιότητα.





Κάνετε κλικ στην εικόνα για να δείτε το βίντεο!

Η συμβολή της Κυριακής Πολυχρόνη στο Συνέδριο EFTA-RELATES 2025

Η Κυριακή Πολυχρόνη συμμετείχε στο Συνέδριο EFTA RELATES 2025 που πραγματοποιήθηκε στη Λυών της Γαλλίας στις 27-30 Αυγούστου.



Σημαντική ήταν η παρουσία και η συμβολή της Κυριακής Πολυχρόνη, Συντονίστριας του Ελληνικού Δικτύου EFT, Πρώην Προέδρου της EFTA και Επίτιμης Προέδρου της EFTA-TIC, η οποία φέτος συμπληρώνει τριάντα χρόνια ενεργούς συμμετοχής στην EFTA.

Κατόπιν πρόσκλησης της Επιστημονικής Επιτροπής του Συνεδρίου EFTA-RELATES, η Κυριακή Πολυχρόνη πραγματοποίησε την κεντρική της ομιλία με θέμα: "Healing the echoes of trauma: an attachment-based emotionally focused systemic model of therapy".

Με βαθιά γνώση από τις δεκαετίες ενασχόλησής της με τη Θεωρία του Δεσμού και τον τρόπο που αυτή εμπλουτίζει τη Συστημική Προσέγγιση — ιδιαίτερα μέσα από την ενσωμάτωση του Μοντέλου της Συγκινησιακά Εστιασμένης Θεραπείας (EFT) — ανέδειξε τη συμβολή του EFT στη σύγχρονη συστημική θεραπεία, και ειδικά στη θεραπεία ζεύγους.

Μετά από μια σύντομη εισαγωγή στο Μοντέλο EFT και τη χρησιμότητά του στο πλαίσιο της «κλασικής» συστημικής ψυχοθεραπείας, παρουσίασε βιντεοσκοπημένο απόσπασμα από θεραπευτική συνεδρία με ζευγάρι, στο οποίο η σύντροφος είχε βιώσει σημαντικό τραυματικό γεγονός — δίνοντας στους συμμετέχοντες τη δυνατότητα να δουν το Μοντέλο να ξεδιπλώνεται στην πράξη.

Η ανταπόκριση του ακροατηρίου ήταν θερμή. Ο Mauricio Andolfi, πρωτοπόρος συστημικός θεραπευτής τόνισε δημόσια:

«Η Κυριακή είναι από τους λίγους που τολμούν σήμερα να δείχνουν τη δουλειά τους και να συζητούν ανοιχτά πάνω σε αυτή – έτσι εξελίχθηκε η οικογενειακή θεραπεία». Θετικό και ενθαρρυντικό feedback δόθηκε και από τον καταξιωμένο Carlos Sluzki.

Επίσης η Κυριακή Πολυχρόνη πραγματοποίησε ένα βιωματικό εργαστήριο με θέμα: "Fragility of Intimate Relationships Today: Fostering Security and Resilience in Couple Therapy".

Το βιωματικό αυτό εργαστήριο ξεκίνησε με αναφορά στις συναρπαστικές εξελίξεις της νευροεπιστήμης, οι οποίες επιβεβαιώνουν ερευνητικά τη σημασία της Θεωρίας του Δεσμού στις ενήλικες σχέσεις.

Όπως αναδείχθηκε στο workshop, όταν τα ζευγάρια προσέρχονται στη θεραπεία, η βαθιά τους λαχτάρα για σύνδεση βρίσκεται συχνά καλυμμένη από χρόνια απογοήτευση, δυσaréσκεια και επαναλαμβανόμενους κύκλους σύγκρουσης. Η ψυχοθεραπευτική διαδικασία καλείται να ενισχύσει την ασφάλεια, την ανθεκτικότητα και τη δυνατότητα των συντρόφων να σχετιστούν με περισσότερη συναισθηματική διαφάνεια.



EFT Trainers' Retreat 2025 στον Καναδά



Τον Οκτώβριο πραγματοποιήθηκε η Παγκόσμια Συνάντηση EFT Εκπαιδευτών στη Victoria BC του Καναδά. Στη συνάντηση αυτή οι Εκπαιδευτές από όλο τον κόσμο είχαν την ευκαιρία να συνδεθούν μεταξύ τους και να συζητήσουν θέματα που αφορούν την εκπαίδευση, την εξέλιξη και την εφαρμογή του EFT παγκοσμίως. Επιπλέον, αναλύθηκαν προβληματισμοί και ανάγκες των τοπικών Κοινοτήτων και των Εκπαιδευτών.

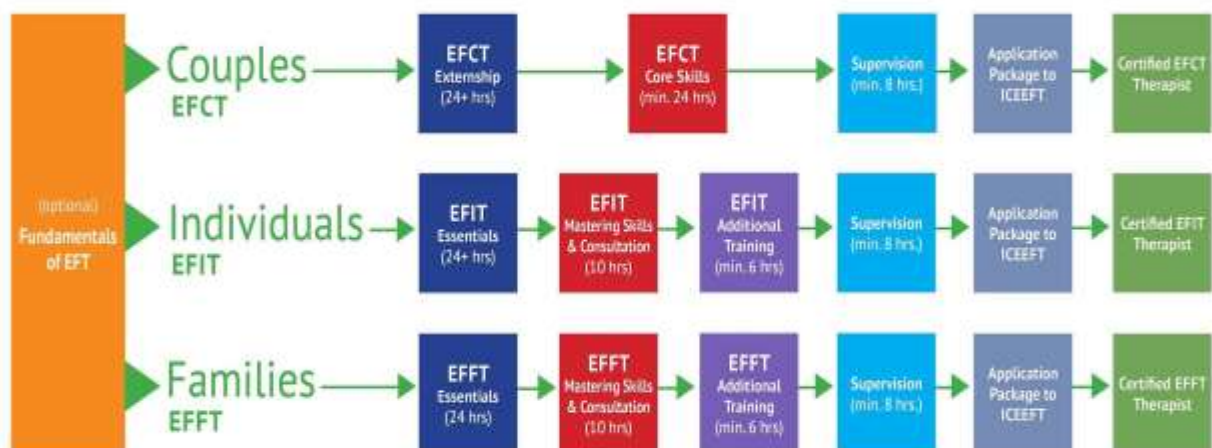
Εκπαίδευση Θεραπευτών στην Ελλάδα

ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΝΕΑ

ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΕΙΔΙΚΩΝ ΣΤΟ EFT

Ένας πιστοποιημένος θεραπευτής EFT είναι εκείνος του οποίου η εμπειρία σε αυτό το μοντέλο της θεραπείας είναι επίσημα αναγνωρισμένη από το Διεθνές Κέντρο Αριστείας στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία (ICEEFT).

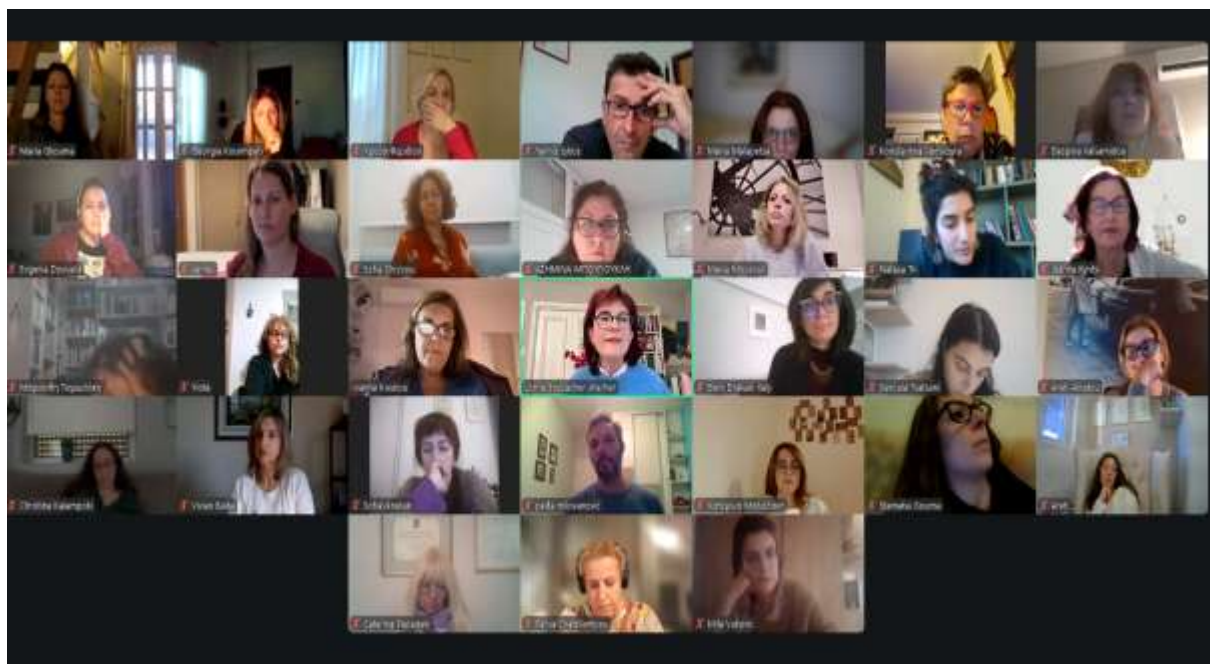
Οι πρωταρχικοί στόχοι της πιστοποίησης είναι να προωθηθεί η άριστη ποιότητα στην εξάσκηση του EFT και EFFT και να διασφαλίζεται η διατήρηση αυτών των κριτηρίων στην εποπτεία και την εκπαίδευση αυτής της προσέγγισης.



Webinar: EFIT Essentials

Ένας νέος κύκλος εκπαίδευσης στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Ατομική Θεραπεία ξεκίνησε διαδικτυακά με την αγαπημένη μας Εκπαιδεύτρια από τον Καναδά, Lorrie Brubacher. Το πρώτο διήμερο πραγματοποιήθηκε στις 22 και 23 Νοέμβρη με τη συμμετοχή 38 επαγγελματιών ψυχικής υγείας από την Ελλάδα και την Ευρώπη.

Ακολουθεί το δεύτερο διήμερο που θα πραγματοποιηθεί το Σαββατοκύριακο 6 - 7 Δεκεμβρίου.



Core Skills 2025 - 2026

Στις 27-28 Σεπτεμβρίου και στις 4-5 Οκτωβρίου 2025 πραγματοποιήθηκε το δεύτερο διήμερο Core Skills 2025 για τις δύο Ομάδες με Εκπαιδεύτρια την **Κυριακή Πολυχρόνη**. Στην πρώτη Ομάδα ήταν Επόπτρια η **Αλεξάνδρα Δημητριάδου** μαζί με τον εκπαιδευόμενο Επόπτη **Πάνο Σταματέλο** και τους βοηθούς Εκπαίδευσης, **Σαλώμη Καφούρη**, **Παναγιώτη Σκαφιδά**. Στη δεύτερη Ομάδα ήταν Επόπτρια η **Αναστασία Βλαχογεωργάκη** και Εκπαιδευόμενη Επόπτρια η **Ιωάννα Κυρίτση** μαζί με τους βοηθούς εκπαίδευσης **Αφροδίτη Ραλλάτου**, **Χρύσα Φερρίδου** και **Σοφία Χρυσού**.

Το τρίτο διήμερο έχει προγραμματιστεί για τις 13-14 Δεκεμβρίου 2025 και 17-18 Ιανουαρίου 2026 αντίστοιχα.





Ομάδες Εποπτείας και Ομάδες Ενδυνάμωσης

Συνεχίζονται σε μηνιαία βάση και για αυτό το χρόνο, οι Ομάδες Εποπτείας και Ενδυνάμωσης EFCT και EFIT.

Πραγματοποιούνται δυο Ομάδες Εποπτείας EFCT με Επόπτρια την **Ιωάννα Κουκού** μαζί με βοηθούς την Εκπαιδευόμενη Επόπτρια **Ιωάννα Κυρίση** και την Ψυχολόγο-Ψυχοθεραπεύτρια **Αφροδίτη Ραλλάτου** αντίστοιχα.

Συνεχίζεται διαδικτυακά επίσης η Ομάδα Εποπτείας με Επόπτρια την **Αναστασία Βλαχογεωργάκη**. Σε συνέχεια της έναρξης του δεύτερου επιπέδου εκπαίδευσης στη θεραπεία ζεύγους (Core Skills 2025-2026) ξεκίνησε διαδικτυακά μία νέα Ομάδα Εποπτείας με Επόπτρια την **Αναστασία Βλαχογεωργάκη**.

Επίσης πραγματοποιείται μέσω Zoom μια Ομάδα Εποπτείας EFIT με Επόπτρια την **Ιωάννα Κουκού** και βοηθό την Εκπαιδευόμενη Επόπτρια **Ιωάννα Κυρίση**. Μετά από έναν χρόνο λειτουργίας η Ομάδα για πρώτη φορά συναντήθηκε απο κοντά στις 7 Νοεμβρίου. Οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να συνδεθούν ακόμη περισσότερο μεταξύ τους και να εμβαθύνουν στο Μοντέλο του EFIT.

Externship

Ο νέος κύκλος για το πρώτο επίπεδο εκπαίδευσης στη θεραπεία ζεύγους με το EFT - Externship προγραμματίζεται δια ζώσης στις 31 Ιανουαρίου - 1 Φεβρουαρίου και 14 - 15 Φεβρουαρίου 2026 στην Αθήνα, με Εκπαιδεύτρια την **Κυριακή Πολυχρόνη** και Επόπτρια την **Ιωάννα Κουκού**.



**Έναρξη Νέου Κύκλου Εκπαίδευσης
στη
Θεραπεία Ζευγαριού**
Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία – EFT
EFCT Externship Training

**31 Ιανουαρίου - 1 Φεβρουαρίου
&
14-15 Φεβρουαρίου, 2026
10:00 π.μ. - 5:30 μ.μ.**

**Πιστοποίηση
ICEEFT**

Εκπαιδεύτριες:
Κυριακή Πολυχρόνη, MA, CGP, ECP, LMFT
EFT Εκπαιδεύτρια, Επόπτρια & Θεραπεύτρια, ICEEFT
τ. Πρόεδρος; Ευρωπαϊκής Εταιρείας Θεραπείας Οικογένειας (EFTA)

Ιωάννα Κουκού, MSc, ECP, LMFT
EFT Επόπτρια & Θεραπεύτρια
Υπεύθυνη Κοινότητας Θεραπευτών Ελληνικού Δικτύου EFT
Μέλος των: EFTA, EAP, ITACA

**eft
GREEK NETWORK**

Πληροφορίες - Εγγραφές: «Δημιουργώντας σύνδεση – EFT Greek Network»
Επιδαύρου 9, Χαλάνδρι, Τηλ: 210-6898031 Email: info@eft.net.gr

Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες στο Εξωτερικό

Βουλγαρία - Externship

Στις 20-23 Νοεμβρίου πραγματοποιήθηκε στη Σόφια το Externship στη θεραπεία ζεύγους με Εκπαιδεύτρια την **Κυριακή Πολυχρόνη** και Συνεκπαιδεύτρια την **Elena Krasteva**, με εκπαιδευόμενους ειδικούς από την Βουλγαρία. Η εκπαίδευση πραγματοποιήθηκε σε ένα ζεστό κλίμα, όπου οι συμμετέχοντες ένοιωσαν ασφάλεια και υποστήριξη να μοιραστούν, ώστε να μπορέσουν να εμβαθύνουν στον πυρήνα της ανθρώπινης ύπαρξης και του Μοντέλου.



SAVE THE DATE

EFT WORLD SUMMIT 2027

Growing Through Connection

Vancouver, Canada – May 10-11, 2027

Δίκτυο EFT Θεραπευτών

Στα πλαίσια της αναβάθμισης που πραγματοποιείται τους τελευταίους μήνες στην ιστοσελίδα του EFT Greek Network, θα θέλαμε να σας υπενθυμίσουμε να μας στείλετε επιπλέον πληροφορίες σχετικά με την εκπαίδευσή σας στο EFT και την εργασία σας ως Θεραπευτές προκειμένου να είναι ολοκληρωμένη η καταχώρηση των στοιχείων σας.

Η νέα μορφή της ιστοσελίδας είναι εμπλουτισμένη με πληροφορίες για τα διαφορετικά πεδία εφαρμογής του EFT (EFCT/EFIT/EFFT) από τους ειδικούς-μέλη και τις επιμέρους εξειδικεύσεις τους, παρέχοντας καλύτερη πληροφόρηση στους ενδιαφερόμενους.

Παρακαλούμε να επισκεφθείτε τον παρακάτω σύνδεσμο προκειμένου να συμπληρώσετε τις επιπλέον πληροφορίες που ζητούνται.

Κάνετε κλικ στον παρακάτω σύνδεσμο

[Φόρμα Ενημέρωσης Στοιχείων Μελών EFT](#)



Η Εργαλειοθήκη του Θεραπευτή

Συμπερίληψη Ατομικών Συνεδριών στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία Ζεύγους (EFCT) Lorrie Brubacher

Μετάφραση: Αναστασία Βλαχογεωργάκη

Σημείωση της συγγραφέως

Η «Emily» είναι μια φανταστική θεραπεύτρια που μαθαίνει EFCT και EFIT, και εμφανίζεται στα βιβλία *Stepping into Emotionally Focused Couple Therapy* (2η έκδ., Brubacher, 2025) και *Workouts for Stepping into Emotionally Focused Therapy* (Brubacher, 2025).

Μία από τις αμέτρητες κληρονομίες της Sue Johnson είναι ότι καθιέρωσε ως στάνταρ πρακτική στην EFCT τη διεξαγωγή ατομικών συνεδριών με κάθε σύντροφο, μετά την πρώτη ή τις δύο πρώτες κοινές συνεδρίες του ζευγαριού.

Η Emily, με κάποια απογοήτευση και απορία, ρωτά: «Γιατί αυτό είναι απαραίτητο μέρος του μοντέλου;»

Αν και είναι πολύ επιμελής θεραπεύτρια και αφοσιωμένη στο να ακολουθεί το μοντέλο της Johnson, η Emily νιώθει διστακτική να πει σε ζευγάρια που βρίσκονται σε κρίση και ζητούν άμεση βοήθεια, ότι μετά τη συνάντησή τους μαζί θα χρειαστεί να συναντηθούν και ξεχωριστά.

Ανησυχεί ότι μπορεί να διαμαρτυρηθούν για το επιπλέον κόστος ή να το θεωρήσουν χάσιμο χρόνου.

Δυσκολεύεται επίσης όταν εκείνοι λένε: «Δεν υπάρχει τίποτα που δεν μπορώ να πω μπροστά στον/στη σύντροφό μου.»

Έτσι, παρασυρμένη από την επιθυμία του ζευγαριού για άμεση ανακούφιση και έχοντας στο νου της το χρόνο και το κόστος, κάποιες φορές η Emily παραλείπει τις ατομικές συνεδρίες, παρότι γνωρίζει ότι αυτό δεν είναι σύμφωνα με το μοντέλο.

Θυμάται ένα ζευγάρι με το οποίο πάλεψε για αρκετούς μήνες, χωρίς ποτέ να αισθανθεί ότι είχε την εμπιστοσύνη και των δύο.

Μάλιστα, συνειδητοποίησε ότι ένιωθε ενόχληση από τη φαινομενική ακαμψία και αμυντικότητα του ενός συντρόφου, ενώ ταυτόχρονα ένιωθε περισσότερη συμπάθεια προς τον άλλον.

Σε μια στιγμή αναστοχασμού, κατάλαβε ότι χρειαζόταν να χτίσει μια καλύτερη συμμαχία με τον σύντροφο που της ήταν πιο δύσκολος· αλλιώς, δε θα μπορούσε να βοηθήσει πραγματικά το ζευγάρι. Αν και ένιωθε αμήχανη να ζητήσει ατομικές συνεδρίες, συγκέντρωσε το θάρρος της και στηρίχθηκε στο EFT μοντέλο:

«Θα ήθελα να σας συναντήσω ξεχωριστά από μία φορά τον καθένα και μετά να συναντηθούμε ξανά μαζί. Είναι ένα συνηθισμένο μέρος του τρόπου που με έχει διδάξει η μέντοράς μου να δουλεύω με τα ζευγάρια, και μάλλον έκανα λάθος που παραλείψαμε αυτό το στάδιο. Νομίζω όμως ότι θα με βοηθήσει να κατανοήσω καλύτερα τον καθένα σας και να δημιουργήσουμε μια πιο ουσιαστική συνεργασία. Ας κανονίσουμε λοιπόν τις επόμενες συνεδρίες σας ατομικά.»

Ήταν προετοιμασμένη να επικυρώσει την πιθανή δυσφορία τους, αλλά ταυτόχρονα να μείνει σταθερή στην αξιολόγησή της ότι αυτό θα τους βοηθούσε περισσότερο. Η διαφορά που έκαναν οι ατομικές συνεδρίες ήταν σημαντική: ένιωσε να συνδέεται και να κατανοεί πολύ περισσότερο ακόμη και απέναντι σε εκείνον που αρχικά τη δυσκόλευε. Η ασφάλεια στις κοινές συνεδρίες ενισχύθηκε όσο η εμπιστοσύνη μεγάλωνε ανάμεσα στην Emily και σε κάθε σύντροφο.

Ένα άλλο παράδειγμα ήρθε στο μυαλό της Emily, με πολύ διαφορετική δυναμική. Το ζευγάρι αυτό φαινόταν να πηγαίνει «ρολόι» από την αρχή: δύο ανοιχτοί σύντροφοι, έτοιμοι να εμβαθύνουν στη σχέση τους. Η Emily σκέφτηκε ξανά ότι, λόγω των οικονομικών πιέσεων που αντιμετώπιζαν, οι ατομικές συνεδρίες ίσως δεν ήταν αναγκαίες. Έκαναν τέσσερις κοινές συνεδρίες, αλλά κάτι δεν ταίριαζε. Παρότι υπήρχε συναισθηματική εμπλοκή και ο ένας σύντροφος διαρκώς διαβεβαίωνε τον πιο ήσυχο ότι μπορεί να νιώθει απολύτως ασφαλής να πει τα πάντα, η Emily ένιωθε πως περιφέρονταν σε κύκλους. Μάλιστα, συνειδητοποίησε ότι ο πιο εκφραστικός σύντροφος έκανε το μεγαλύτερο μέρος του λόγου και των αποκαλύψεων.

Κατά τη διάρκεια του στοχασμού της μεταξύ συνεδριών, είπε στον εαυτό της: «Δεν καταλαβαίνω την φαινομενική διστακτικότητα του πιο σιωπηλού συντρόφου. Παρόλο που ευχαριστείται στις συνεδρίες και λέει πως όλα πάνε καλύτερα, νιώθω ότι μάλλον έκανα λάθος που παρέλειψα τις ατομικές.»

Ενισχύοντας την εμπιστοσύνη της στο EFT μοντέλο, προγραμματίσε τις ατομικές συναντήσεις. Εκεί ανακάλυψε ότι ο πιο ήσυχος σύντροφος ένιωθε στην πραγματικότητα έντονο φόβο και ανασφάλεια. Υπήρχε σημαντική έλλειψη ασφάλειας που η Emily δεν είχε ανιχνεύσει.

Κατά τις ατομικές συνεδρίες, αναδύθηκαν θέματα που απαιτούσαν πολλή υποστήριξη και κράτημα ώστε να μπορέσουν αργότερα να συζητηθούν με ασφάλεια στη σχέση.

Τα παραδείγματα της Emily αναδεικνύουν τις βασικές λειτουργίες των ατομικών συνεδριών:

- Εμβάθυνση της θεραπευτικής συμμαχίας με κάθε σύντροφο.
- Ελεύθερη διερεύνηση των αντιλήψεων και εμπειριών του καθενός, για τον εαυτό του, τον/τη σύντρόφό του και τη σχέση.

Οι ατομικές συνεδρίες προσφέρουν μια ευκαιρία ανεμπόδιστη από την παρουσία του άλλου, ώστε να διερευνηθούν:

- Αμφιθυμία ή αβεβαιότητα σχετικά με τη δέσμευση στη σχέση.
- Θέματα ασφάλειας, φόβοι εκφοβισμού ή βίαιες/κακοποιητικές συμπεριφορές που μπορεί να είχαν υπονοηθεί ή αποσιωπηθεί στις κοινές συνεδρίες.
- Μυστικά, όπως εξωσυζυγικές σχέσεις ή εθιστικές συμπεριφορές.

Στην αρχή κάθε ατομικής συνεδρίας, η Emily εξηγεί:

«Για να μπορέσω να δουλέψω μαζί σας ως ομάδα, δεν θέλω να κρατάω μυστικά που θα μπορούσαν να απειλήσουν τη σχέση σας. Αν μοιραστείτε κάτι που νιώθετε ή που θεωρώ ότι θα μπορούσε να τη βλάψει, θα σας ενθαρρύνω να το πείτε και εσείς στον/στη σύντρόφό σας — μόνοι σας ή με τη δική μου υποστήριξη όταν βρεθούμε μαζί.»

Όταν κάποιος σύντροφος διστάζει να αποκαλύψει ένα μυστικό, η Emily διερευνά τι είδους σχέση επιθυμεί και πώς τα μυστικά μπορούν να υπονομεύσουν αυτούς τους στόχους.

Χωρίς τις ατομικές συνεδρίες, η Emily δεν θα είχε μάθει ότι ο Jack διατηρούσε μια εξωσυζυγική σχέση που δεν ήθελε να διακόψει· ούτε ότι η Mona φοβόταν υπερβολικά να εκφράσει τους φόβους της, φοβούμενη ότι ο σύντροφός της θα τη χώριζε αν τους άκουγε. Επίσης, δεν θα είχε μάθει για τη ντροπή και τη βία που βίωναν ο Khalil και η Marwa, εάν δεν τους είχε συναντήσει χωριστά — όπου κατάφεραν να τα αποκαλύψουν.

Αναλογιζόμενη τη δουλειά της με διαφορετικά ζευγάρια, η Emily έχει πλέον πειστεί ότι η Sue Johnson, με τη σοφία της, συμπεριέλαβε σκόπιμα τις ατομικές συνεδρίες νωρίς στη διαδικασία — και για πολύ καλό λόγο.

Αυτές οι συνεδρίες παίζουν κρίσιμο ρόλο στην αξιολόγηση, στη δημιουργία ισχυρής συμμαχίας, και στην οικοδόμηση ενός ασφαλούς καταφυγίου και μιας σταθερής βάσης με κάθε σύντροφο. Ξανά και ξανά, η Emily βλέπει ότι η αποτελεσματικότητα του EFT μοντέλου εξαρτάται από αυτό το βήμα, και πλέον εμπιστεύεται ότι οι θεραπευόμενοι της ωφελούνται περισσότερο όταν εκείνη επιβραδύνει και δίνει χώρο για αυτές τις συνεδρίες — με σιγουριά.

Για περισσότερα:

Δείτε τον οδηγό A Guide to Individual Sessions in EFCT στο www.SteppingIntoEFT.com

Lorrie Brubacher, M.Ed, LMFT,
Θεραπεύτρια, Επόπτρια & Εκπαιδεύτρια EFT
Winnipeg, Καναδάς

Το Ελληνικό Δίκτυο και το ICEEFT

Εγγραφή στο Ελληνικό Δίκτυο EFT

Η κοινότητα των μελών του Ελληνικού Δικτύου για την Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία (EFT Greek Network) απαρτίζεται από ειδικούς ψυχικής υγείας της Ελλάδας που έχουν ολοκληρώσει τουλάχιστον το EFT Externship ή Essentials, είτε στην Ελλάδα ή στο εξωτερικό.

Τι είναι το Ελληνικό Δίκτυο EFT και πως μπορώ να γίνω μέλος του;

Η εγγραφή σας στο Ελληνικό Δίκτυο EFT σας προσφέρει:

- Αποκλειστική διαδικτυακή σύνδεση με τους άλλους ειδικούς που έχουν εκπαιδευτεί στο θεραπευτικό μοντέλο EFT και ενδιαφέρονται για τις εφαρμογές του – EFCT, EFIT & EFFT .
- Καταχώρηση στον ειδικό κατάλογο στην ιστοσελίδα του EFT Greek Network ως Θεραπευτής με εκπαίδευση στο EFT.
- Αυτόματη εγγραφή ως μέλους στο «ICEEFT» – το Διεθνές Κέντρο Ποιότητας στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία, EFT.

Η αυτόματη εγγραφή σας στο ICEEFT συμπεριλαμβάνει:

- i. ICEEFT Newsletter – ένα ενημερωτικό δελτίο (4 φορές το χρόνο) το οποίο εμπεριέχει άρθρα των διεθνώς αναγνωρισμένων εκπαιδευτών στο EFT.
- ii. Συμμετοχή στο ICEEFT Listserve όπου οι ειδικοί-μέλη από όλο τον κόσμο αλληλοενημερώνονται καθημερινά για εξελίξεις στο EFT – ένα forum ανταλλαγής εμπειριών (θετικών και δυσκολιών) σχετικά με κύρια σύγχρονα θέματα στην εφαρμογή του EFT.
- iii. Καταχώρηση στον επίσημο κατάλογο μελών στην ιστοσελίδα της ICEEFT ως Θεραπευτής με εκπαίδευση στο EFT: σύνδεση και ανταλλαγή με θεραπευτές σε άλλες χώρες παγκοσμίως.
- iv. Έκπτωση από 15% και άνω στην αγορά όλων των εκπαιδευτικών DVD, βιβλίων, κλπ. της ICEEFT και στην εγγραφή συνεδρίων, εκπαιδεύσεων, κ.λπ. στην Ελλάδα και στο εξωτερικό.
- v. Συμμετοχή στην αποκλειστική σελίδα μελών του ICEEFT με υλικό και forums, και πρόσβαση στα “Trainer Talk–Answering Your Questions About EFT”, δωρεάν webinar που διοργανώνει η Δρ. Rebecca Jorgensen.

Εάν έχετε ολοκληρώσει το Externship /Essentials και ενδιαφέρεστε να γίνετε μέλος του Δικτύου παρακαλούμε επικοινωνήστε μαζί μας στο info@eft.net.gr

Ευχαριστούμε για την προσοχή σας. Καλωσορίζουμε την δική σας ανατροφοδότηση για το Newsletter και τις ιδέες σας για την ανάπτυξή του.

Θα χαρούμε να επικοινωνήσετε μαζί μας.

**Με εκτίμηση,
Ιωάννα Κυρίτση, MSc, EFT Θεραπεύτρια & Εκπαιδευόμενη Επόπτρια
Υπεύθυνη Newsletter EFT Greek Network**

EFT Greek Network

Τηλ: 210-6898031 E-mail: info@eft.net.gr

Website: www.eft.net.gr

